



有關本指南的最新版本，請登錄以下網頁查閱：ph.lacounty.gov/fullyvax。

保護自己和他人

目前，已批准在美國使用的 COVID-19 疫苗可以保護接種過疫苗的個人免於感染導致 COVID-19 的病毒，包括 Delta 病毒變異株。已全劑量接種疫苗的個人可以比沒有全劑量接種疫苗的人在更少的限制下進行更多的活動。

突破性感染

在已全劑量接種疫苗的人群中，有一小部分會感染 COVID-19 的 Delta 病毒變異株。即使是非常有效的 COVID-19 疫苗，這些「突破性感染」的出現也是在意料之中的。重要的一點是，突破性感染通常會導致症狀輕微的疾病。如果你接種了疫苗，你感染病毒的風險，出現症狀的風險，尤其是住院或死亡的風險，將遠低於若沒有接種疫苗的風險。新的資料表明，一些接種過 COVID-19 疫苗的個人在感染了 Delta 病毒變異株後，會將病毒傳染給其他人；不過，這種類型的病毒傳播似乎只占一小部分比例。

即使你已全劑量接種 COVID-19 疫苗，也要繼續採取預防措施保護自己和他人，包括：

- 在必須時，佩戴貼合面部的口罩——包括在洛杉磯縣的所有室內公共場所、工作場所、K-12 學校和在室外舉行的超大型活動（詳見下文）中。
- 經常清洗（或消毒）雙手。
- 生病時請留在家裡。如果你出現 COVID-19 症狀，你應該進行隔離，諮詢醫生，並接受檢測。

有關接種疫苗後可能發生的情況，包括疫苗的副作用以及如何報告副作用的資訊，請參閱「[當你接種疫苗後](#)」。

我什麼時候可以算作已全劑量接種疫苗？

在接種以下疫苗的兩（2）週後，你被視為已全劑量接種 COVID-19 疫苗：

- 你接種了強生(J&J)/楊森製藥生產的 COVID-19 單劑疫苗，或
- 你接種了輝瑞或莫德納生產的 COVID-19 疫苗的第二劑，或
- 你接種了被世界衛生組織(WHO)列入緊急使用名單的一種 COVID-19 [疫苗](#)系列

世界衛生組織已列出了以下供緊急使用的 COVID-19 疫苗：

- 輝瑞-生物科技疫苗（例如 COMIRNATY 和 Tozinameran 疫苗）
- 莫德納疫苗
- 強生（楊森）疫苗
- 牛津-阿斯利康疫苗（例如 Covishield 和 Vaxzevria 疫苗）
- 國藥集團(Sinopharm)疫苗
- 科興(Sinovac)疫苗





適用於免疫系統薄弱者的重要資訊

如果你有健康問題，或正在服用嚴重削弱免疫系統¹的藥物（如癌症、器官移植或風濕病治療藥物），疫苗的防疫效果可能沒有那麼好。請和你的醫生討論你可以進行的活動。

- 接種疫苗後，你可能須要繼續採取所有的預防措施，以預防 COVID-19。
- 如果你已經接種了 2 劑輝瑞或莫德納疫苗，CDC 建議你再接種一劑疫苗。請諮詢你的醫生，討論須要額外再接種一劑 COVID-19 疫苗的必要性。如果你須要接種第三劑，請根據你目前的治療計劃，詢問最佳的接種時間。如果你即將開始或重新開始免疫抑制治療，這一點尤為重要。有關更多資訊，請參見「[適用於免疫系統薄弱（免疫功能低下）者的額外 COVID-19 劑量](#)」。

公共交通和外出旅行

- 在以下場合，你須要一直佩戴口罩：
 - 在進入美國、在美國境內或離開美國旅行期間，乘坐飛機、公共汽車、火車或其他形式的公共交通工具或共用交通工具時。
 - 在美國的交通樞紐，如機場、火車和汽車站。
- 你可以在美國[境內](#)和[境外](#)旅行。請一定要遵循你要前往地區的要求。有些地區可能會要求你在旅行前出示陰性的檢測結果。請提前做好準備和計劃。
- 從加州以外返回洛杉磯縣後：
 - 你應該在 14 天內[監測自己的健康狀況](#)。只要你沒有出現症狀²，在完成境內旅行後，你不須要進行檢疫和檢測。
 - 如果你剛[完成國際旅行](#)，只要你沒有出現症狀，就不須要進行檢疫。建議你在返回後的 3-5 天內進行檢測。
 - 注意：你必須持有 [COVID-19 檢測結果呈陰性的證明](#)才能飛回美國。

公共場所

- 在洛杉磯縣的所有室內的公共場所、場館、集會、公共和私人商業機構以及在室外舉行的超大型活動，2 歲及以上的個人，無論是否接種過疫苗都必須佩戴口罩。

¹ 有健康問題或正在服用削弱免疫系統的藥物的個人可能不會因接種疫苗而得到充分保護。這包括以下人群：因腫瘤或血癌，正在接受相應的癌症治療的個人；接受了器官移植，且正在服用抑制自我免疫系統的藥物的個人；最近 2 年內接受過幹細胞移植或正在服用抑制免疫系統的藥物的個人；患有中度或重度原發性免疫缺陷（例如狄喬治氏症候群 (DiGeorge syndrome) 或威斯科特-奧爾德里奇症候群 (Wiskott-Aldrich syndrome)）的個人；愛滋病毒感染晚期，或有未治療的愛滋病毒感染的個人；或正在使用大劑量皮質類固醇或其他抑制免疫反應的藥物進行治療的個人。如果你有這些或類似的情況之一，請諮詢你的醫生。欲瞭解更多資訊，包括何時推薦接種額外劑量的疫苗，請訪問 CDC 的網頁「[針對中度至重度免疫缺陷人群的 COVID-19 疫苗](#)」。

² COVID-19 症狀可能在接觸病毒後的 2-14 天內出現。相關症狀可能包括：發燒或發冷、咳嗽、呼吸短促/呼吸困難、新出現的味覺或嗅覺喪失、疲勞、流鼻涕或鼻塞、肌肉或身體疼痛、頭痛、喉嚨痛、噁心或嘔吐、腹瀉。此症狀列表未囊括 COVID-19 的所有可能症狀。有些 COVID-19 患者從未出現症狀。請訪問 ph.lacounty.gov/covidcare，瞭解更多關於生病後該怎麼辦的資訊。





- 在以下場所時，無論接種疫苗的情況如何，每個人*都必須佩戴口罩：
 - 在各種形式的公共交通工具上和交通樞紐處
 - 在醫療保健設施（包括長期護理機構）
 - 在庇護所和避暑中心
 - 在任何青少年服務機構（如 K-12 學校、托兒所、日營等）的室內
 - 參與室外超大型活動（包括音樂會、體育比賽和遊行等有超過 10,000 人參加的活動）
 - 根據商家或場館政策所包括的戶外場所

注意：在以下情況，你可以摘下口罩：

- 當你坐或站在特定的地點（如桌子、櫃檯旁或售票制活動的座位上）享用餐飲時。這意味著你可以在進食或喝飲品時短暫摘下口罩，但之後必須立即戴上口罩。當你入座後等待點餐，上菜或上飲品之間，以及在吃完食物或喝完飲品後仍就座時，你也必須戴上口罩。
- 獨自一人在單獨的房間或辦公室內。
- 洗澡或游泳。
- 進行或接受必須摘掉口罩才能完成的個人衛生或護理服務（如面部護理或剃須）。

***有一些人士不應該佩戴口罩**，如 2 歲以下的兒童、有某些疾病或身障的人士，以及被其醫生告知不要佩戴口罩的個人。2 至 8 歲的兒童只有在成人監護下才應佩戴口罩。請參閱[哪些人不應佩戴口罩](#)，以及[適用於有溝通困難或某些身障的人士的特別注意事項](#)，以瞭解詳細資訊及口罩替代物的相關資料。

***在工作場所**，員工必須遵循加州職業安全與健康管理局 (Cal/OSHA) 和洛杉磯縣衛生主管令中最嚴格的口罩佩戴要求。在採取其他安全措施的情況下，某些員工在特定情況下可以免於佩戴口罩。有關工作場所要求的詳細資訊，請參閱[衛生主管令](#)和[商業機構最佳做法](#)的網頁。

COVID-19 檢測

只要你沒有出現症狀，你通常不須要接受 COVID-19 檢測。然而，

- 如果你與 COVID-19 患者有密切接觸，建議你進行 COVID-19 檢測。
- 如果你屬於疫情爆發的調查對象，你可能會被要求進行檢測。
- 在一些高風險環境中，當病毒的社區傳播率很高時，可能會要求你參加常規監控檢測。

有關更多資訊，請參閱 [COVID-19 檢測](#)。



檢疫

- 如果你是 COVID-19 患者的密切接觸者，或從其他州或國際旅行返回後，只要沒有出現症狀，就不須要進行檢疫。
- 在你最後一次接觸 COVID-19 患者後或返回洛杉磯縣後的 14 天內，你應進行檢測，並仍然須要[監測你的健康狀況](#)，以觀察自己是否出現 COVID-19 症狀。如果你與免疫功能受抑制、患嚴重疾病風險更大或未接種疫苗的人住在一起（包括 12 歲以下的兒童），請考慮在家中佩戴口罩 14 天，或直到你收到陰性的檢測結果為止。

欲瞭解更多資訊，請訪問[檢疫專題網頁](#)。

COVID-19 患者

- 如果你被確診為患有 COVID-19，你須要遵循所有的[隔離指南](#)。
- 如果你與 COVID-19 患者生活在一起或正在照顧他們，你應該繼續採取預防措施，包括佩戴口罩以及盡可能地保持身體距離。